

# Skólahreysti

---

Kennarar: Atli Freyr Rúnarsson; Pétur Már Sigurðsson

## Kennsluaðferðir:

### Kennsluáætlun

- 29.8 Þrekhringur
- 5.9 Stöðvaþjálfun
- 12.9 Hraðabraut
- 19.9 Upph/dýfur – Armb/hreystigr.
- 26.9 Mæling/tímataka
- 3.10 Stöðvaþjálfun
- 10.10 Hraðabraut
- 17.10 Upph/dýfur – Armb/hreystigr.
- 24.9 Leikir
- 31.9 Þrekhringur
- 7.11 Mæling/tímataka
- 14.11 Stöðvaþjálfun
- 21.11 Upph/dýfur – Armb/hreystigr.
- 28.11 Hraðabaraud
- 5.12 Mæling/tímataka
- 12.12 Val

## Námsmat:

Símat

### Lykilhæfni fyrir 8.-10.bekk - Skapandi og gagnrýnin hugsun

- Skilgreint og rökstutt viðmið um árangur.
- Verið óhræddur að nýta sér mistök og óvæntar niðurstöður á gagnrýninn og skapandi hátt og séð í þeim nýja möguleika.

### Lykilhæfni fyrir 8.-10.bekk - Sjálfstæði og samvinna

- Tekið frumkvæði í námi sínu og verið sjálfstæður og ábyrgur í vinnubrögðum.
- Gert sér grein fyrir hvernig hann nýtir styrkleika sína og hefur skýra sjálfsmynd.
- Unnið með öðrum og tekið á jákvæðan hátt þátt í samskiptum og lagt sitt af mörkum í uppbyggilegu samstarfi sem tengist námi og félagsstarfi innan skóla.
- Tekið leiðsögn og gagnrýni á uppbyggilegan hátt og að sama skapi sett eigin gagnrýni uppbyggilega fram.

### Lykilhæfni fyrir 8.-10.bekk - Ábyrgð og mat á eigin námi

- Sett sér raunhæf markmið um frammistöðu og framvindu eigin náms, unnið eftir þeim og lagt mat á hvernig til hefur tekist.